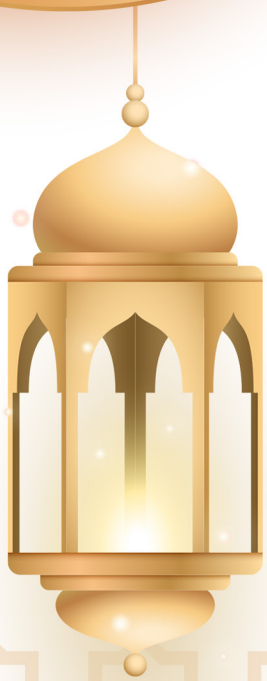
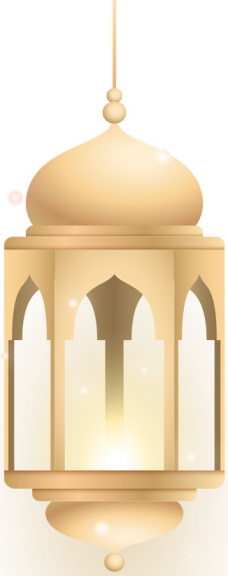


5 Cách Chuẩn Bị Tinh Thần Cho Tháng Ramadan





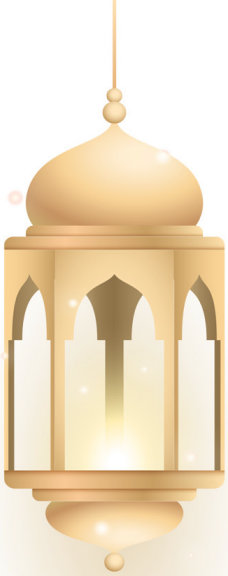
مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

5
Cách Chuẩn Bị Tinh Thần Cho Tháng Ramadan

Khi tháng Ramadan đang đến gần, tất cả chúng ta đều cảm nhận được sự mong đợi ngày càng lớn.

Dù đây là lần đầu tiên bạn đón Ramadan hay bạn đã trải qua nhiều năm Ramadan trong đời, mỗi lần bước vào tháng thiêng liêng này đều là một khoảng thời gian để thanh lọc tâm hồn và tái tạo năng lượng tinh thần.

Chúng ta bắt đầu một hành trình kéo dài một tháng với sự gia tăng trong việc thờ phượng, nỗ lực củng cố mối quan hệ với Đấng Tạo Hóa và tìm kiếm sự tha thứ.



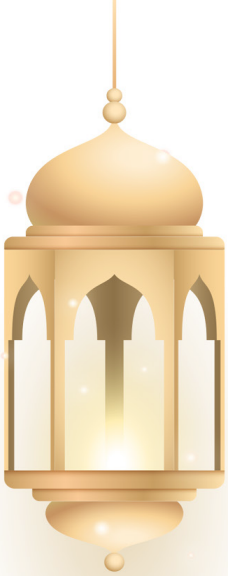
مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Hãy tưởng tượng trong giây lát rằng có một vị khách đặc biệt sắp đến thăm ngôi nhà của bạn.

Chắc hẳn bạn sẽ dọn dẹp nhà cửa, chuẩn bị đồ tiếp đãi, và đảm bảo cả gia đình sẵn sàng chào đón vị khách ấy một cách chu đáo và ấm áp.

Ramadan chính là vị khách đặc biệt hằng năm của chúng ta — nhưng thay vì ghé thăm ngôi nhà, Ramadan ghé thăm trái tim của chúng ta.

Cũng như khi chuẩn bị cho ngôi nhà, đã đến lúc chúng ta chuẩn bị cho trái tim mình. Dưới đây là năm cách giúp bạn chuẩn bị tinh thần cho tháng Ramadan.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

1 – Điều Chỉnh Ý Định Của Bạn

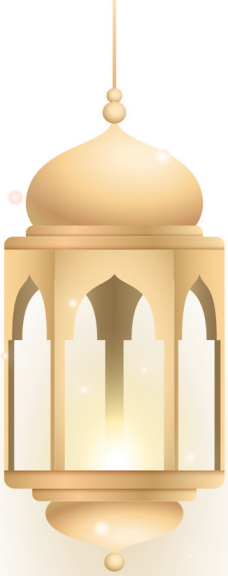
Trong Islam, ý định được coi trọng rất lớn, và điều đó hoàn toàn có lý do.

Không hẳn là việc bạn làm điều gì quan trọng nhất, mà là tại sao bạn làm điều đó và vì ai.

Khi Ramadan đến gần, hãy suy ngẫm về ý định của bạn. Hãy tự nhắc nhở bản thân lý do vì sao Qur'an đã ra lệnh cho chúng ta nhịn chay trong tháng Ramadan.

"Hỡi những người có đức tin, việc nhịn chay đã được quy định cho các ngươi như đã được quy định cho những người trước các ngươi, để các ngươi trở nên kính sợ Allah."

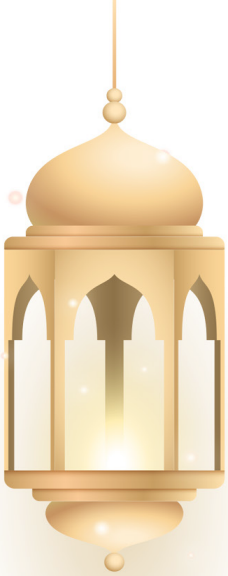
[Al-Baqarah 2:183]



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Bản dịch câu kinh không bao giờ chính xác 100%, nhưng người ta hiểu rằng câu kinh này cho thấy việc nhịn chay được quy định để chúng ta đạt được taqwa – tức là sự ngay chính.

Đây chính là chìa khóa của mỗi mùa Ramadan và của mỗi ngày trong cuộc sống chúng ta.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Taqwa, theo nghĩa đơn giản nhất, là sự ý thức về Allah. Taqwa thúc đẩy hành động của chúng ta bằng tình yêu và sự kính sợ Allah (swt).

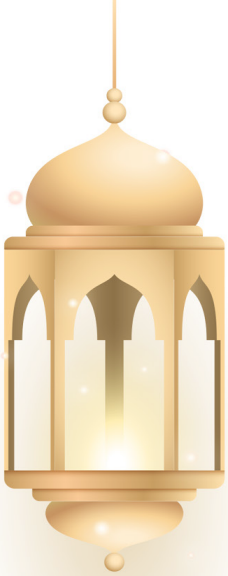
Nó biến các nghi lễ và thói quen hằng ngày của chúng ta thành hành vi thờ phượng thay vì những hành động vô nghĩa. Nếu bạn luôn ý thức về đức tin của mình và tự hỏi:

"Điều này có phải là điều Allah muốn tôi làm không?"

thì đó là dấu hiệu của taqwa đang gia tăng.

"Hỡi nhân loại, Quả thật Ta đã tạo ra các ngươi từ một nam và một nữ, và Ta đã làm cho các ngươi thành các dân tộc và bộ tộc để các ngươi nhận biết nhau. Quả thật, người cao quý nhất trước mặt Allah là người có taqwa nhất."

[Al-Hujurat 49:13]

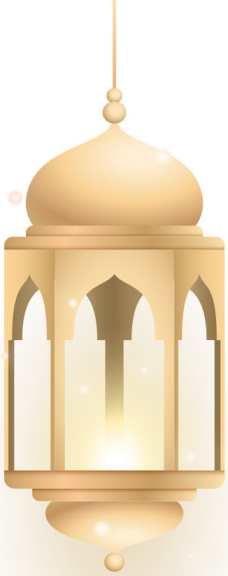


مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Một lần nữa, Qur'an nhấn mạnh tầm quan trọng của taqwa.

Allah (Đấng Quang Vinh và Tối Cao) nói rõ rằng trong tất cả mọi người, những ai có taqwa – những người luôn ý thức về Thượng Đế trong mọi hành động – là những người cao quý nhất.

Hãy làm cho ý định của bạn trở nên rõ ràng và tập trung. Hãy làm mới ý định đó mỗi đêm và luôn ghi nhớ nó.



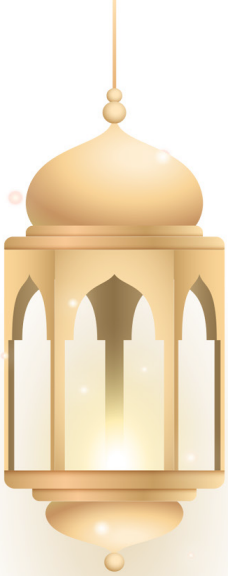
مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

2 – Củng Cố Mối Quan Hệ Với Qur'an

Đây là tháng của Qur'an. Đừng đợi đến Ramadan mới mở Qur'an để đọc. Hãy bắt đầu ngay hôm nay và chuẩn bị cho tháng thiêng liêng này.

Thay vì đọc với mục tiêu nhanh chóng hoàn thành toàn bộ Qur'an, hãy ưu tiên chất lượng hơn số lượng.
Đọc trong mười phút với sự chân thành và mong muốn hiểu ý nghĩa còn tốt hơn đọc ba mươi phút mà không quan tâm đến nội dung.

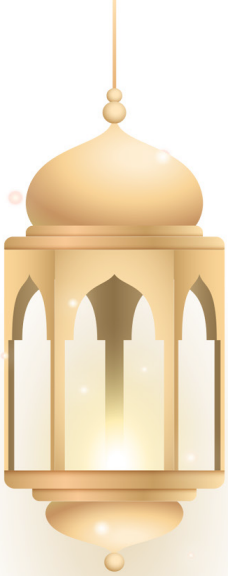
Qur'an không chỉ là những con chữ; đó là những mặc khải thiêng liêng từ Đấng Tạo Hóa của bạn, được truyền xuống cho Nhà Tiên Tri Muhammad (bình an và phúc lành cho Người) qua Thiên thần Jibril.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Đây thực sự là lời của Allah, không hề bị chỉnh sửa hay thay đổi. Điều đó chẳng phải thật kỳ diệu và khiến chúng ta muốn hiểu Qur'an sâu sắc hơn sao?

"Họ không suy ngẫm về Qur'an hay sao, hay trong lòng họ có những ổ khóa?"
[Muhammad 47:24]

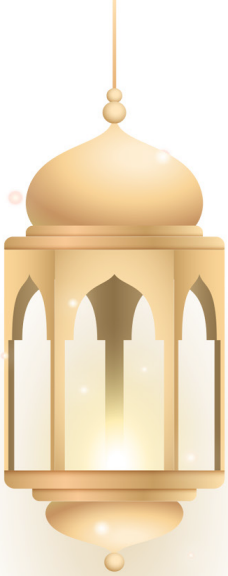


مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Hãy nhớ lại một khoảnh khắc khi Qur'an như đang nói trực tiếp với bạn — khi bạn mở ngẫu nhiên một trang hay mang trong lòng một câu hỏi, và Subhanallah! các câu kinh dường như trả lời chính câu hỏi ấy. Đó chính là sức mạnh của lời mặc khải thiêng liêng.

Hãy đọc Qur'an mỗi ngày trước Ramadan và tiếp tục duy trì điều đó trong suốt tháng Ramadan.

Đừng ngần ngại sử dụng các ứng dụng điện thoại nhắc nhở đọc Qur'an hằng ngày nếu bạn cần.



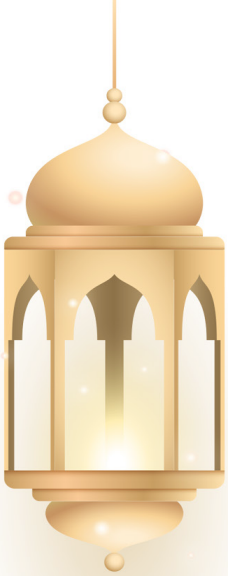
مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

3 – Nhịn Chay Và Du'a (Cầu Xin)

Mặc dù việc nhịn chay trong tháng Ramadan là bắt buộc, nhưng việc nhịn chay trong tháng Sha'ban cũng được

khuyến khích, dù là tự nguyện.
Nhịn chay là một hành động tinh thần giúp chúng ta kiểm soát bản năng (nafs) và cũng là một hình thức thờ phượng.

Insha'Allah, điều này cũng giúp bạn chuẩn bị cho tháng nhịn chay sắp tới.

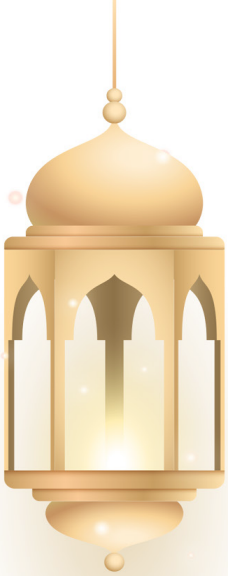


مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Du'a là một trong những hình thức thờ phượng dễ dàng nhất mà Allah đã ban cho chúng ta. Bạn có thể thực hiện ở bất cứ đâu, bất cứ lúc nào, không cần wudu hay chuẩn bị đặc biệt — chỉ cần ý định tốt.

Đừng giới hạn du'a chỉ cho bản thân; hãy cầu nguyện cho gia đình bạn và toàn thể ummah (cộng đồng).

Hãy làm du'a với mục tiêu đạt được lợi ích tinh thần từ Ramadan.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

4 – Tập Trung Trong Cầu Nguyện

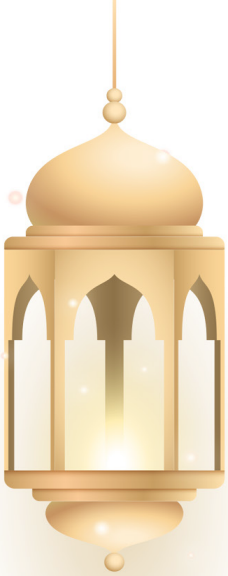
Lời cầu nguyện của chúng ta là điều đầu tiên sẽ bị chất vấn vào Ngày Phán Xét. Chỉ riêng điều đó cũng đủ cho thấy tầm quan trọng của nó.

Nếu bạn đánh mất salah, bạn cũng đánh mất iman.

Hãy bắt đầu cải thiện lời cầu nguyện của bạn ngay từ hôm nay.

Một vị imam từng nói:

"Hãy cầu nguyện như thể đó là lời cầu nguyện cuối cùng của bạn."



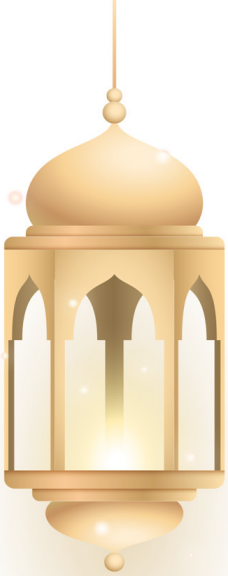
مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Nếu thật sự đó là lời cầu nguyện cuối cùng, bạn có hài lòng với cách mình cầu nguyện không?

Hãy chậm lại và suy ngẫm về từng lời bạn nói. Nếu cần, hãy hít thở sâu giữa các động tác để giữ sự tập trung.

Nếu bạn bị waswasa (lời thì thầm của Shaytan) làm phân tâm, hãy tìm nơi nương tựa nơi Allah (Đấng Quang Vinh và Tối Cao) bằng cách nói:

"A'udhu billahi min ash-shaytan ar-rajim."

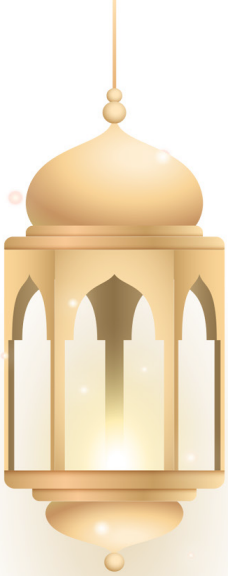


(Tôi cầu xin sự che chở nơi Allah khỏi
Shaytan bị nguyền rủa.)

Bạn có thể nói bằng tiếng Việt nếu tiếng Ả Rập quá khó; Allah (Đấng Quang Vinh và Tối Cao) hiểu ý định của bạn.

Nếu bạn cải thiện lời cầu nguyện ngay bây giờ, inshallah, bạn sẽ thấy việc gia tăng các lời cầu nguyện tự nguyện trong
Ramadan trở nên dễ dàng hơn.

Hãy nhớ rằng không ai trong chúng ta được đảm bảo sẽ đến được Ramadan. Đừng chờ đợi – hãy sửa đổi lời cầu nguyện của bạn ngay hôm nay.



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

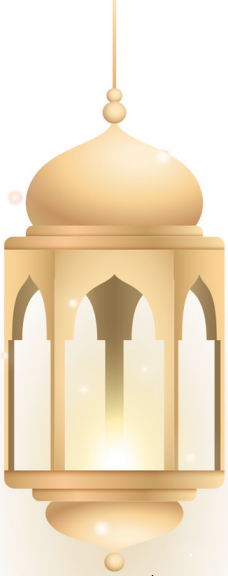
5 – Nhìn Lại Cách Ứng Xử Của Bạn

Đây là một chủ đề chưa được đề cập đủ nhiều: đạo đức và cách ứng xử trong Islam (adab).

Điều quan trọng cần nhấn mạnh là việc nhịn chay của chúng ta sẽ không được chấp nhận nếu adab của chúng ta kém.

Nhà Tiên Tri (bình an và phúc lành cho Người) đã nói:

"Ai không từ bỏ lời nói dối, hành vi xấu và lời nói làm tổn thương người khác, thì Allah không cần đến việc người đó bỏ ăn và uống."
[Bukhari 6057]



مركز دعوة الفيتناميين
Trung tâm giao lưu văn hóa

Hãy bắt đầu ngay hôm nay bằng việc có ý thức sửa chữa những khía cạnh trong tính cách của bạn còn cần cải thiện.

Insha'Allah, điều này sẽ nâng cao đời sống tinh thần của bạn và thể hiện một hình ảnh tốt đẹp hơn của Islam đối với những người xung quanh.

Ví dụ, nếu bạn dễ nóng giận và khó tránh lời nói không hay, hãy dành thời gian đọc về cách Nhà Tiên Tri Muhammad (bình an và phúc lành cho Người) nói về sự tức giận và những lời khuyên của Người để kiểm soát nó.

Hãy làm du'a xin sự trợ giúp. Bắt đầu cải thiện adab của bạn ngay hôm nay để chuẩn bị cho
Ramadan — và inshallah, như một sự thay đổi lâu dài.